

POSITIVE
ENERGY

正能量

活出最好的自己

王娟娟◎编

从来没有救世主，一切就得靠自己



没有人比你更优秀，没有人比你更成功，
不要戴上“完美”的枷锁，我们只做最好的自己。



POSITIVE
ENERGY

正能量

活出最好的自己

王娟娟◎编



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

正能量 活出最好的自己 / 王娟娟编. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2013.8

(读书会)

ISBN 978-7-5534-2526-9

I. ①正… II. ①王… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 179948 号

读书会

正能量 活出最好的自己

Zhengnengliang Huochu Zuihao de Ziji

出 版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)
(长春市人民大街4646号, 邮政编码130021)

发 行 吉林出版集团译文图书经营有限公司
(<http://shop34896900.taobao.com>)

电 话 总编办0431-85656961 营销部0431-85671728

制 作  (www.rzbook.com)

印 刷 北京天宇万达印刷有限公司

开 本 889mm × 1194mm 1/16

印 张 20

字 数 440千字

版 次 2013年9月第1版

印 次 2013年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5534-2526-9

定 价 39.90元



前言

活出最好的自己是我们每个人的梦想，但人生的道路上必然会有欢乐与痛苦、幸福与磨难、平坦与坎坷。在人生旅途中，我们应该学会宽容与谅解。苛求完美，也许只能得到两败俱伤的结果。许多人穷其一生去追寻完美这道彩虹，却发现阴影无时无刻不在跟随。

很多人在物欲无法获得满足的情况下，对生活充满了怨恨，其实，完美应该向心灵深处去寻找。每个人的一生中，总会有些重要时刻，心灵的愉悦远远超过了物质生活所带来的感官刺激。真正的完美来源于内心，只有美好的心灵，才能提供最真实的完美。

曾经有一个缺了一块圆，它非常不开心，想要找回完整的自己，于是到处去寻找自己的那一块。由于自己是不完整的，所以它滚动得很慢，从而有充裕的时间去领略沿途美丽的风景：盛开的鲜花，绿油油的小草，飘着朵朵白云的天空，清澈见底的湖泊……它和路边的鸟儿愉快地聊天，充分感受到了阳光的温暖。它找了很多不同的碎块，但都不是原来的那一块，于是它坚持继续寻找着。

直到有一天，它终于实现了自己的梦想，成为一个完美无缺的圆。可是由于滚动得太快，它错过了花开的时间，忽略了小鸟，也忘记了季节的变化。一天，它突然意识到虽然做到了完美的自己，但错过了身边的风景，于是它毅然舍弃了历尽千辛万苦才找回的那一块。原来，正是失去了才令我们完整，所以不必要求太高，也不必苛求完美，享受路边美景的旅途才是真正的旅途。

是去苦苦寻找完美，还是尝试着用完美的生活态度去欣赏这个不完美的世界？其实你的心里已然有了答案，只是，这答案需要我们多描几次，如此反复之后，才能显出几分清晰。

生活不一定完美，但是我们却可以尽力做到最好。活出真实、快乐的自己，人生就是精彩的。完美的生活态度是面对残缺的世界没有抱怨，面对浮浮沉沉的人生能够坦然，在烦恼仇恨面前懂得宽恕别人，能够寻找身边的快乐，也能够感受身边的幸福……完美的自己就在下一个路口的拐角处，走好脚下的每一步，完美定会与你结伴同行。

一个把“活出最好的自己”作为自己人生目标的人，一定会活得很充实、很快乐、很成功。活出最好的自己，说起来很简单，但真正要做到，却是一件很不容易的事。

我们必须清楚地了解自己。每个人都有独特的地方，有属于自己的优点和缺点，有自己的兴趣爱好以及理想目标。面对了解到的这个自己，我们要勇敢地接纳。无论是优点还是缺点，长处还是短处，都必须坦然地接纳。要坚信自己是这个世界上无法复制的独一无二的，会活出有价值的人生。

然后，我们就要开始完善自己，向“最好”出发。所谓“最好”不是和别人比，而是和自己比，和过去的自己比，和昨天的自己比，让自己每一天都有收获，都有进步，在今天做最好的自己。

不要在意自己昨天是怎样的一个人，也不要因为过去的失败而放弃，只要坚持不懈地努力，我们就可以更好。人生最大的敌人往往是自己，活出最好的自己，每个人都是最成功的那个。

如果你还在为一时的成败或喜或悲，如果你还在进退之间犹豫不决，如果你还在为生活琐事烦恼悲伤，请打开本书，汲取战胜自己的力量，把一切都抛在身后，勇敢地上路，走向最好的自己！



学着对生活微笑 / 7

做你想做的事 / 8
 对一切都不要太过在意 / 10
 做真实的自己 / 12
 给予是一种幸福 / 14
 面对唾手可得的诱惑 / 16
 爱的秘诀在于奉献 / 18
 要做就做最好的 / 20
 退一步想，进一步做 / 22
 让逆境考验自己 / 24
 放低自己才能做得更好 / 26
 过去的都要在今天归零 / 28
 给自己一次举手的机会 / 30
 用微笑开启机会的大门 / 32
 寻找当下的力量 / 34
 在心中开出一朵花 / 36
 感谢折磨你的人 / 38
 没有一个人能单独成功 / 40
 困境即赐予 / 42
 金钱和尊严 / 44
 尊重是心灵之桥 / 46
 寻找缝隙中的快乐 / 48
 每个人的心都是柔软的 / 50

坦然面对自己的人生 / 53

行动是成功的法宝 / 54
 用从容偿还生命银行的贷款 / 56
 一块橙色口香糖 / 58
 请坐在自己的对立面 / 60
 接纳痛苦同样可以收获幸福 / 62
 人生是条单行道 / 64
 让烦恼到此为止 / 66
 过去会过去，让将来到来 / 68
 原谅生活中的不完美 / 70
 淡是人生最浓的滋味 / 72
 人生都有开花的时间 / 74
 不要坐等梦想来敲门 / 76
 热爱生命，做生命的勇者 / 79
 像孩子一样跌倒 / 81
 英雄不问出身 / 83

跨过欲望才能走进天堂 / 85
 笑到最后才最美 / 87
 用表现赢得命运之神的尊重 / 89
 放弃也是幸福 / 91
 人最软弱的地方，是舍不得 / 93
 学会转弯也是人生的智慧 / 95
 人生若只如初见 / 97
 人生要学会随缘，才能活得自在 / 99
 会舍弃的人活得更洒脱 / 101
 一个人能拥有多少土地 / 103
 懂得了遗憾，就懂得了人生 / 105

宽恕别人就是善待自己 / 107

糊涂是一种傻瓜精神 / 108
 人就这么一辈子 / 110
 给自己一份好心情 / 112
 不要在伤心的时候为难自己 / 114
 只有包容，才能拥有 / 116
 怨恨会让你失去快乐 / 118
 给自己留条后路 / 120
 原谅别人就是解脱自己 / 122
 留下百分之一的宽容 / 124
 有一种心情叫作顺其自然 / 126
 抱怨前，站在对方的立场想一想 / 129
 放下是最好的宽恕 / 131
 宽容是修养的底蕴 / 133
 宽容是最深刻的爱 / 135
 不要失去最珍贵的东西 / 137
 隐忍是一种魅力 / 139
 吃亏是福 / 141
 学会忘记，让生命轻装 / 143
 对别人宽大就是对自己宽大 / 145
 控制我们的坏脾气 / 148
 降低预期的效果 / 150

快乐由自己决定 / 153

陪伴一生的是心情 / 154
 为生命画一片叶子 / 156
 为自己编一本心理词典 / 158



适合你的就是最好的 / 160
编织富足的人生 / 162
聆听内心深处的声音 / 164
快乐是一块田，要靠自己播种 / 166
因为充实，所以快乐 / 168
为别人开一朵花 / 170
烦恼大多源于想象 / 172
修炼“不以物喜”的境界 / 174
真正的快乐是内在的 / 176
给心灵做个大扫除 / 178
善待他人，幸福自己 / 180
快乐就在转弯处 / 182
正视那些不完美的地方 / 184
比较是快乐的毒药 / 186
学会在困境中唱歌 / 188
我们拥有的和需要的 / 190
在面对打击和屈辱的时候 / 192
你是否也放弃得太早 / 194
有些东西是我们没有的 / 196
付出的幸福 / 199
不要预支明天的烦恼 / 201
不做错误的坚持 / 203

05

珍惜自己的拥有 / 205

好好活着就是幸福 / 206
遗憾只是因为你失去了昨天 / 209
“换挡时刻”，请踩离合器 / 212
接受生命中的不完美 / 214
请放慢你的脚步 / 216
迎接生活中的苦与乐 / 219
珍惜当下的拥有 / 221
趁一切还来得及 / 223
真实地对待自己 / 225
生命是借来的一段光阴 / 227
世界上最珍贵的东西 / 229
朋友是永远的财富 / 231
不要把自己弄丢了 / 233
人生没有回头路 / 235
生命中的缺口 / 238

06

自信改变人生 / 241

自信，人生必修的学分 / 242
从改变自己开始自信 / 244
为自己鼓掌 / 246
世上没有“我不行” / 248
你就是自己的上帝 / 251
展现最好的一面 / 254
心存希望，就会拥有未来 / 256
坦然接受自我的缺陷 / 258
怀有成为珍珠的信念 / 260
相信自己，才能超越自己 / 262
做自己的伯乐 / 264
相信自己，永不退缩 / 266
做一只只有气质的狗熊 / 268
学来的东西就是自己的 / 270
学着坚强，学着感谢，学着长大 / 272
不是得到，而是学到 / 274
智慧可以移植 / 276
不断学习，才能站得更高 / 278
每天淘汰你自己 / 280
和优秀的人在一起 / 282
让自己站得更高 / 284

07

阳光总在风雨后 / 287

船行海上，不会不带伤 / 288
幸福就在拐弯处 / 290
一片狼藉中也会隐藏着美好 / 292
对手是不可或缺良师益友 / 294
做一粒咖啡豆 / 296
价值在于你自身 / 298
谷底藏着一个机会 / 300
走远的年龄，走不远的青春 / 302
寻找风雨中的阳光 / 304
谁能影响谁 / 306
身在谷底时，所有的路都是向上的 / 308
我们的生活充满阳光 / 310
人能百忍自无忧 / 312
把伤害留给自己 / 314
生命就在坚持的一分一秒 / 316
人生是一种修行 / 318



POSITIVE
ENERGY

正能量

活出最好的自己

王娟娟◎编



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

正能量 活出最好的自己 / 王娟娟编. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2013.8

(读书会)

ISBN 978-7-5534-2526-9

I. ①正… II. ①王… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 179948 号

◆ ◆ ◆ 读书会 ◆ ◆ ◆

正能量 活出最好的自己

Zhengnengliang Huochu Zuihao de Ziji

出 版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)

(长春市人民大街4646号, 邮政编码130021)

发 行 吉林出版集团译文图书经营有限公司

(http://shop34896900.taobao.com)

电 话 总编办0431-85656961 营销部0431-85671728

制 作  (www.rzbook.com)

印 刷 北京天宇万达印刷有限公司

开 本 889mm × 1194mm 1/16

印 张 20

字 数 440千字

版 次 2013年9月第1版

印 次 2013年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5534-2526-9

定 价 39.90元



前言



活出最好的自己是我们每个人的梦想，但人生的道路上必然会有欢乐与痛苦、幸福与磨难、平坦与坎坷。在人生旅途中，我们应该学会宽容与谅解。苛求完美，也许只能得到两败俱伤的结果。许多人穷其一生去追寻完美这道彩虹，却发现阴影无时无刻不在跟随。

很多人在物欲无法获得满足的情况下，对生活充满了怨恨，其实，完美应该向心灵深处去寻找。每个人的一生中，总会有些重要时刻，心灵的愉悦远远超过了物质生活所带来的感官刺激。真正的完美来源于内心，只有美好的心灵，才能提供最真实的完美。

曾经有一个缺了一块儿的圆，它非常不开心，想要找回完整的自己，于是到处去寻找自己的那一块。由于自己是不完整的，所以它滚动得很慢，从而有充裕的时间去领略沿途美丽的风景：盛开的鲜花，绿油油的小草，飘着朵朵白云的天空，清澈见底的湖泊……它和路边的鸟儿愉快地聊天，充分感受到了阳光的温暖。它找了很多不同的碎块，但都不是原来的那一块，于是它坚持继续寻找着。

直到有一天，它终于实现了自己的梦想，成为一个完美无缺的圆。可是由于滚动得太快，它错过了花开的时间，忽略了小鸟，也忘记了季节的变化。一天，它突然意识到虽然做到了完美的自己，但错过了身边的风景，于是它毅然舍弃了历尽千辛万苦才找回的那一块。原来，正是失去了才令我们完整，所以不必要求太高，也不必苛求完美，享受路边美景的旅途才是真正的旅途。

是去苦苦寻找完美，还是尝试着用完美的生活态度去欣赏这个不完美的世界？其实你的心里已然有了答案，只是，这答案需要我们多描几次，如此反复之后，才能显出几分清晰。

生活不一定完美，但是我们却可以尽力做到最好。活出真实、快乐的自己，人生就是精彩的。完美的生活态度是面对残缺的世界没有抱怨，面对浮浮沉沉的人生能够坦然，在烦恼仇恨面前懂得宽恕别人，能够寻找身边的快乐，也能够感受身边的幸福……完美的自己就在下一个路口的拐角处，走好脚下的每一步，完美定会与你结伴同行。

一个把“活出最好的自己”作为自己人生目标的人，一定会活得很充实、很快乐、很成功。活出最好的自己，说起来很简单，但真正要做到，却是一件很不容易的事。

我们必须清楚地了解自己。每个人都有独特的地方，有属于自己的优点和缺点，有自己的兴趣爱好以及理想目标。面对了解到的这个自己，我们要勇敢地接纳。无论是优点还是缺点，长处还是短处，都必须坦然地接纳。要坚信自己是这个世界上无法复制的独一无二的，会活出有价值的人生。

然后，我们就要开始完善自己，向“最好”出发。所谓“最好”不是和别人比，而是和自己比，和过去的自己比，和昨天的自己比，让自己每一天都有收获，都有进步，在今天做最好的自己。

不要在意自己昨天是怎样的一个人，也不要因为过去的失败而放弃，只要坚持不懈地努力，我们就可以更好。人生最大的敌人往往是自己，活出最好的自己，每个人都是最成功的那个。

如果你还在为一时的成败或喜或悲，如果你还在进退之间犹豫不决，如果你还在为生活琐事烦恼悲伤，请打开本书，汲取战胜自己的力量，把一切都抛在身后，勇敢地上路，走向最好的自己！



学着对生活微笑 / 7

做你想做的事 / 8
 对一切都不要太过在意 / 10
 做真实的自己 / 12
 给予是一种幸福 / 14
 面对唾手可得的诱惑 / 16
 爱的秘诀在于奉献 / 18
 要做就做最好的 / 20
 退一步想，进一步做 / 22
 让逆境考验自己 / 24
 放低自己才能做得更好 / 26
 过去的都要在今天归零 / 28
 给自己一次举手的机会 / 30
 用微笑开启机会的大门 / 32
 寻找当下的力量 / 34
 在心中开出一朵花 / 36
 感谢折磨你的人 / 38
 没有一个人能单独成功 / 40
 困境即赐予 / 42
 金钱和尊严 / 44
 尊重是心灵之桥 / 46
 寻找缝隙中的快乐 / 48
 每个人的心都是柔软的 / 50

坦然面对自己的人生 / 53

行动是成功的法宝 / 54
 用从容偿还生命银行的贷款 / 56
 一块橙色口香糖 / 58
 请坐在自己的对立面 / 60
 接纳痛苦同样可以收获幸福 / 62
 人生是条单行道 / 64
 让烦恼到此为止 / 66
 过去会过去，让将来到来 / 68
 原谅生活中的不完美 / 70
 淡是人生最浓的滋味 / 72
 人生都有开花的时间 / 74
 不要坐等梦想来敲门 / 76
 热爱生命，做生命的勇者 / 79
 像孩子一样跌倒 / 81
 英雄不问出身 / 83

跨过欲望才能走进天堂 / 85
 笑到最后才最美 / 87
 用表现赢得命运之神的尊重 / 89
 放弃也是幸福 / 91
 人最软弱的地方，是舍不得 / 93
 学会转弯也是人生的智慧 / 95
 人生若只如初见 / 97
 人生要学会随缘，才能活得自在 / 99
 会舍弃的人活得更洒脱 / 101
 一个人能拥有多少土地 / 103
 懂得了遗憾，就懂得了人生 / 105

宽恕别人就是善待自己 / 107

糊涂是一种傻瓜精神 / 108
 人就这么一辈子 / 110
 给自己一份好心情 / 112
 不要在伤心的时候为难自己 / 114
 只有包容，才能拥有 / 116
 怨恨会让你失去快乐 / 118
 给自己留条后路 / 120
 原谅别人就是解脱自己 / 122
 留下百分之一的宽容 / 124
 有一种心情叫作顺其自然 / 126
 抱怨前，站在对方的立场想一想 / 129
 放下是最好的宽恕 / 131
 宽容是修养的底蕴 / 133
 宽容是最深刻的爱 / 135
 不要失去最珍贵的东西 / 137
 隐忍是一种魅力 / 139
 吃亏是福 / 141
 学会忘记，让生命轻装 / 143
 对别人宽大就是对自己宽大 / 145
 控制我们的坏脾气 / 148
 降低预期的效果 / 150

快乐由自己决定 / 153

陪伴一生的是心情 / 154
 为生命画一片叶子 / 156
 为自己编一本心理词典 / 158



适合你的就是最好的 / 160
编织富足的人生 / 162
聆听内心深处的声音 / 164
快乐是一块田，要靠自己播种 / 166
因为充实，所以快乐 / 168
为别人开一朵花 / 170
烦恼大多源于想象 / 172
修炼“不以物喜”的境界 / 174
真正的快乐是内在的 / 176
给心灵做个大扫除 / 178
善待他人，幸福自己 / 180
快乐就在转弯处 / 182
正视那些不完美的地方 / 184
比较是快乐的毒药 / 186
学会在困境中唱歌 / 188
我们拥有的和需要的 / 190
在面对打击和屈辱的时候 / 192
你是否也放弃得太早 / 194
有些东西是我们没有的 / 196
付出的幸福 / 199
不要预支明天的烦恼 / 201
不做错误的坚持 / 203

05

珍惜自己的拥有 / 205

好好活着就是幸福 / 206
遗憾只是因为你失去了昨天 / 209
“换挡时刻”，请踩离合器 / 212
接受生命中的不完美 / 214
请放慢你的脚步 / 216
迎接生活中的苦与乐 / 219
珍惜当下的拥有 / 221
趁一切还来得及 / 223
真实地对待自己 / 225
生命是借来的一段光阴 / 227
世界上最珍贵的东西 / 229
朋友是永远的财富 / 231
不要把自己弄丢了 / 233
人生没有回头路 / 235
生命中的缺口 / 238

06

自信改变人生 / 241

自信，人生必修的学分 / 242
从改变自己开始自信 / 244
为自己鼓掌 / 246
世上没有“我不行” / 248
你就是自己的上帝 / 251
展现最好的一面 / 254
心存希望，就会拥有未来 / 256
坦然接受自我的缺陷 / 258
怀有成为珍珠的信念 / 260
相信自己，才能超越自己 / 262
做自己的伯乐 / 264
相信自己，永不退缩 / 266
做一只只有气质的狗熊 / 268
学来的东西就是自己的 / 270
学着坚强，学着感谢，学着长大 / 272
不是得到，而是学到 / 274
智慧可以移植 / 276
不断学习，才能站得更高 / 278
每天淘汰你自己 / 280
和优秀的人在一起 / 282
让自己站得更高 / 284

07

阳光总在风雨后 / 287

船行海上，不会不带伤 / 288
幸福就在拐弯处 / 290
一片狼藉中也会隐藏着美好 / 292
对手是不可或缺良师益友 / 294
做一粒咖啡豆 / 296
价值在于你自身 / 298
谷底藏着一个机会 / 300
走远的年龄，走不远的青春 / 302
寻找风雨中的阳光 / 304
谁能影响谁 / 306
身在谷底时，所有的路都是向上的 / 308
我们的生活充满阳光 / 310
人能百忍自无忧 / 312
把伤害留给自己 / 314
生命就在坚持的一分一秒 / 316
人生是一种修行 / 318

Part 01

学着对生活微笑

真实的生活不会一帆风顺，

我们无法选择，也无法逃避。

既然如此，我们只能微笑着去面对，

用积极乐观的人生态度去发现生活中的美和善。

当你心中有美，你的生活便充满阳光；

当你心中有恶，你眼中的世界便满是污浊。



• 做你想做的事

人生有很多种活法，却只有一种活法能够使你快乐，那就是过你想过的生活，做你想做的事，看你想看的世界，成为你想要成为的那个人。为自己而活，生活才会多彩，生命之花才会怒放。

在人生这条大船上，我们是舵手，掌握着自己的航向。我们谨慎、敏感、专注、努力，希望做到未雨绸缪、见微知著，以顺利抵达彼岸。可是，无情的海浪总会在某些特殊时刻袭来，让人难以从容。慌乱之中，有人违心地改变航向，因为这样，厚厚的人生字典里才多了“委曲求全”、“退而求其次”的说法。这并不是我们的初衷，我们会有遗憾，会有抱怨，可是事实已成，很难改变。

你是否“背叛”过自己？你是否常说“做自己想做的事情，真难！”可是，你试过究竟有多难吗？不必那么谨慎敏感，那么小心翼翼，想要不留遗憾地生活，就必须聆听自己内心的声音，去做自己想做的事情，这是一种人生态度：不为别人，我只为自己而活。

从前，有一个性格暴躁的人，他不仅冷酷，而且嗜酒如命，与此同时，他还是一个毒瘾很深的瘾君子。因为恶习难改，他时常与人发生冲突。一天，他来到一个酒吧，不过是只言片语的不合，他便恼羞成怒，用酒瓶杀死了服务生，结果因为故意杀人罪，被判处终身监禁。

他有两个儿子，年纪只相差一岁，大儿子步了爸爸的后尘，不仅沾染毒品，还偷窃和勒索。对这一切，他竟然很淡定。他觉得，爸爸是这样的人，我有什么办法？他不供我读书，还让我被人耻笑，既然如此，我干吗不就这样继续下去？终于，有一天，大儿子同样因为犯了杀人罪而入狱。

二儿子则不同。从小时候起，他就时刻提醒自己，要做和爸爸不一样的人，要做一个正直的人。他严格要求自己，不吸烟喝酒，更不沾染毒品。他从来不自卑，而且倍加努力地学习。他勤工俭学，以此来积攒大学学费。大学毕业之后，经过不懈的努力，他成了一家著名公司的分公司经理，与此同时，他也获得了美满的婚姻和可爱的孩子。

两个在同一屋檐下长大的孩子，为什么会有这样截然不同的命运？在一次采访中，小儿子这样对记者说：“我要做自己想做的事情，我想为自己而活。”

为自己而活，虽然环境对人有着巨大的影响，可是只要有这样的信念，无论外在环境多么不利，都无法改变这个人的奋发向上。

有一个年轻人没有什么手艺，靠到处给人打零工挣钱。换过许多工作之后，他发现自己很喜欢做园艺师，于是他就开始专门给有钱人家打理庭院。园艺师的工作让他充满了创作的灵感，他总是非常用心地把主人家的庭院打理得既干净又美丽，而他也总能从工作中找到许多乐趣。



有一次，他正在用心地给一家庄园主打理庭院。太阳很大，他已经累得汗流浹背，但是他好像一点都不在意，依然全神贯注地工作。庭院整体已经打理得很漂亮。此刻，他正聚精会神地在那些普通的木制花盆边上雕刻花纹。

“小伙子，你已经把庭院打理得很漂亮了，为什么还要在每个花盆边上雕刻花纹呢？这样做并不能使你多拿一分工钱啊？”庄园主问道。

年轻人抬起头看了看庄园主，随手擦了擦脸上的汗水，说：“我只是觉得雕刻上花纹之后的花盆会更加好看，庭院也会显得更加美丽。做这些事让我觉得很快乐，至于是否能够多拿一些工钱，我还没有考虑。”

年轻人能够为自己喜欢的事情投入全部精力的精神打动了庄园主，他决定帮助这个年轻人去学习他喜爱的雕刻。果然，几年之后，这个年轻人就成了一名出色的雕刻家。他就是意大利文艺复兴时期最著名的雕刻家、建筑家、画家——米开朗琪罗。

生活中，我们无法做自己想做的事情，多半是因为客观环境的限制，所以内心才会动摇，最后外在因素左右了人的意志，直接导致人们改变了初衷。那么，生活中，我们应该怎样帮助自己听清内心的声音，做自己想做的事情呢？

首先，要停止无谓的比较，对自己有一个正确的认识；其次，要表现出自己最好的一面；最后，做自己想做的事情，记得给自己一点安静思考的时间。很多时候，人们做出后悔的决定，并不是因为无能为力，而是因为没有给自己留下足够的时间进行思考。所以，在做事情之前，请静下心来，好好想一想自己该朝什么方向努力。去湖边走走，去森林走走，哪怕只是安静地坐一坐，也有助于你听清自己内心的声音，坚定地去做想做的事情。

• 对一切都不要太在意

对一切都不要太在意。人生在世，不如意十有八九，只要内心充满阳光，快乐就会无处不在。多放下一些烦恼，就会多一些幸福；多放下一些困惑，就会多一些轻松；多放下一些在意，就会多一些从容。

老人们在巷子里纳凉时，展开的折扇上时常会有这样一句话：人生不如意十之八九，唯有快乐在心头。他们似乎都知道想要活得轻松快乐，就要对一切都不要太在意。只要对一切都不那么在意，生活其实是很美好的。

一天，小琳很意外地接到小艾的电话，小艾邀请小琳周末去她家小聚。

小艾是小琳从前在报社工作时的同事，那时候她们的关系很好。后来，小艾嫁给了一个富有的商人，生活一下子发生了翻天覆地的变化。小艾辞去了工作，做起了悠然自得的全职太太，而小琳依旧朝九晚五地上班，回到家还要照顾老人和孩子，生活根本没法跟小艾比。渐渐地，小琳和小艾的关系疏远了。这次小艾打来电话邀请小琳，小琳有点意外，不过小琳几经思考，还是接受了小艾的邀请。

见面后，小琳和小艾各自讲起了婚后的生活。小琳由衷地对小艾说：“我非常羡慕你的生活，你是我认识的人中生活得最好的一个。”谁知，小艾听后盯着小琳看了很久，最后竟然感慨地说：“我有什么好羡慕的？老公一天到晚在外面忙生意，见一面都难，并且我们到现在连孩子也没有。哪像你，每天有老公疼，有孩子陪，我还羡慕你呢。”

小琳不敢想象这样的话竟出自看起来什么都不缺的小艾之口，她竟然羡慕自己的生活，还劝自己不要太看重物质生活，要珍惜和家人的每一天。想到自己经常抱怨老公不会赚钱、孩子不够听话，自己的生活和小艾比起来是那么平淡，小琳惭愧极了。其实，如果对一切都不那么在意，生活的乐趣自然就凸显出来，阳光也自然会照射进来。